

## PENDEKATAN ANALISIS TRANSAKSIONAL DALAM KONSELING

**Lalu Abdurahman Wahid**

Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Email: [abdurachman@yahoo.com](mailto:abdurachman@yahoo.com)

### Abstract

Transactional analysis examines the transaction is done by some individuals who have their own special personality. The transaction is an activity between two or more persons that gives influence on each other. Transactional analysis is rooted in the foundation of anti-deterministic philosophy emphasized that human being is able to go beyond conditioning and initial programming. Transactional analysis is transactional psychotherapy can be used in individual therapy, however it is better used in group therapy. The word of transaction always refers to the process of exchange in a relationship. In interpersonal communication is also known as transaction exchanged messages, either verbal or non-verbal. Transactional analysis is a type of communication analysis where every single person placed himself/herself according to the position of the different psychology. The purpose of transactional analysis was to assist individuals in order to have freedom to choose, freedom to change desire, freedom to change some responses toward common or new stimulus.

**Keywords:** *counseling approach, transactional analysis*

## A. Pendahuluan

Pengaruh lingkungan keluarga dalam pembentukan perkembangan perilaku dan kepribadian anak mempunyai peran yang sangat besar. Salah satu faktor dalam keluarga yang mempunyai peranan penting dalam pembentukan kepribadian anak adalah pola asuh orang tua terhadap anaknya. Pola asuh orang tua adalah pola perilaku yang diterapkan pada anak dan bersifat relative konsisten dari waktu ke waktu. Pola perilaku ini dapat dirasakan oleh anak, dari segi negatif maupun positif. Kehidupan anak seringkali dihadapkan pada berbagai permasalahan. Permasalahan-permasalahan tersebut ada yang tidak dapat diselesaikan dan ada juga yang dapat diselesaikan. Bagi individu yang tidak dapat memecahkan permasalahan akan mengalami berbagai tekanan dan ketegangan yang akan menjadi sebab masalah timbulnya stress. Keluarga khususnya pola asuh yang diterapkan oleh orangtua terhadap anak-anaknya sangat berpengaruh dalam proses perkembangan jiwa, kepribadian dan pembentukan perilaku anak. Pengalaman yang dialami anak karena sikap otoriter orangtua berperan untuk menimbulkan stres karena disiplin yang dinilai efektif oleh orangtua. Anak dengan orangtua yang berpola asuh otoriter, dalam proses

pendidikannya akan mendapatkan suatu keadaan yang penuh tekanan dan ketakutan, sehingga memungkinkan anak tersebut menjadi pribadi yang tertutup/introvert.<sup>1</sup>

Penekanan dalam analisis transaksional ini adalah upaya untuk merangsang rasa tanggung jawab pribadi atas tingkah lakunya sendiri, pemikiran yang logis, rasional, dengan tujuan-tujuan yang realistis, dalam berkomunikasi selalu terbuka, dalam proses konseling melibatkan suatu kontrak yang dibuat konseli selama dalam proses konseling, berfokus pada keputusan-keputusan yang dibuat konseli dan berorientasi pada peningkatan kesadaran sehingga konseli mampu membuat keputusan-keputusan baru dan mengubah cara hidupnya berdasarkan perkembangan sekarang.

## B. Pengertian Analisis Transaksional

Analisis Transaksional adalah psikoterapi transaksional yang dapat digunakan dalam terapi individual, akan tetapi lebih cocok untuk digunakan dalam terapi kelompok. Kata transaksi selalu mengacu pada proses pertukaran dalam suatu hubungan. Dalam komunikasi antar pribadi juga dikenal

---

<sup>1</sup>Taufik Kurokhman, *Psikologi Perkembangan Anak*, (Bandung: Rosdakarya: 2008), 37.

transaksi yg dipertukarkan adalah pesan-pesan, baik verbal maupun non verbal. Analisis transaksional adalah suatu model analisis komunikasi dimana seseorang menempatkan dirinya menurut posisi psikologi yg berbeda. Kata transaksi selalu mengacu pada proses pertukaran dalam suatu hubungan. Dalam komunikasi antar pribadi pun dikenal transaksi. Yang dipertukarkan adalah pesan-pesan baik verbal maupun nonverbal. Analisis transaksional sebenarnya bertujuan untuk mengkaji secara mendalam proses transaksi (siapa-siapa yang terlibat di dalamnya dan pesan apa yang dipertukarkan).<sup>2</sup>

Pendekatan analisis transaksional terdiri dari dua kata, analisis berarti pengujian sesuatu secara detail agar lebih memahami atau agar dapat menarik kesimpulan dari hasil pengujian tersebut, sedangkan transaksional adalah unit pokok dari sebuah hubungan sosial. Dengan demikian, analisis transaksional adalah metode yang digunakan untuk mempelajari interaksi antar individu dan pengaruh yang bersifat timbal balik yang merupakan gambaran kepribadian seseorang.<sup>3</sup>

Analisis Transaksional mengkaji transaksi yang dilakukan oleh beberapa individu yang masing-masing memiliki kepribadian tersendiri. Transaksi adalah sebuah komunikasi atau aktivitas antara dua orang atau lebih yang memberi pengaruh pada diri mereka masing-masing. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa analisis transaksional mengkaji dengan dalam mengenai proses transaksi, baik mengenai subjek pelaku transaksi, yaitu pihak yang terlibat dalam transaksi tersebut, maupun objek transaksi, yaitu bahasa verbal maupun nonverbal yang diungkapkan oleh para pelaku transaksi tersebut.

Analisis transaksional adalah pendekatan behavior-kognitif yang berasumsi setiap pribadi memiliki potensi untuk memilih dan mengarahkan-ulang atau membentuk ulang nasibnya sendiri. Analisis transaksional memandang kepribadian normal sebagai produk dari pengasuhan yang sehat (aku oke kamu oke). Menurut Berne, kepribadian abnormal muncul dari aspek anak yang harus memainkan permainan tertentu untuk memperoleh persetujuan orang lain.<sup>4</sup>

<sup>2</sup>Gerald Cerey, *Teori dan Praktik Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2005), 154.

<sup>3</sup>Komalasari, Eka Wahyuni, *Karsih, Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2011), 89.

<sup>4</sup> Robert L. Gibson, Marianne H. Mitchell, *Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), 225.

### C. Tujuan Analisis Transaksional

Tujuan dasar Analisis Transaksional adalah membantu konseli dalam membuat putusan-putusan baru yang menyangkut tingkah lakunya sekarang dan arah hidupnya. Sasarannya adalah mendorong konseli agar menyadari bahwa kebebasan dirinya dalam memilih telah dibatasi oleh putusan-putusan diri mengenai posisi hidupnya dan oleh pilihan terhadap cara-cara hidup yang mandul dan deterministik. Tujuan utama Analisis transaksional adalah tercapainya otonomi yang diwujudkan oleh penemuan kembali karakteristik, yaitu kesadaran, spontanitas, dan keakraban.<sup>5</sup>

Tujuan Analisis Transaksional adalah untuk membantu individu agar "memiliki kebebasan memilih, kebebasan mengubah keinginan, kebebasan mengubah respon-respon terhadap stimulus-stimulus yang lazim maupun yang baru. Tujuan pemberian treatment adalah menyembuhkan gejala yang timbul dan metode treatment adalah membebaskan ego orang dewasa sehingga bisa mengalami kebebasan memilih dan menciptakan pilihan-pilihan baru di atas dan di seberang pengaruh-pengaruh masa lampau yang membatasi. Tujuan terapeutik itu tercapai dengan mengajarkan kepada konseli dasar-dasar ego orang

tua, ego dewasa, dan ego anak-anak. Para konseli pada *setting* kelompok itu belajar menyadari, mengenali, dan menjabarkan ketiga ego selama ego-ego tersebut muncul dalam transaksi-transaksi dalam kelompok.

Untuk tujuan khusus konseling Analisis Transaksional di antaranya adalah:

- a. Konselor membantu konseli yang mengalami pencemaran status ego yang berlebihan.
- b. Konselor berusaha membantu mengembangkan kapasitas diri konseli dalam menggunakan semua status egonya yang cocok. Ini menyangkut pula dalam memperoleh kebebasan dan kemampuan yang dapat ditembus di antara status egonya.
- d. Konselor berusaha membantu konseli di dalam mengembangkan seluruh status ego dewasanya. Pengembangan ini pada hakekatnya adalah menetapkan pikiran dan penalaran individu.
- e. Membantu konseli dalam membebaskan dirinya dari posisi hidup yang kurang cocok serta menggantinya dengan rencana hidup yang baru atau naskah hidup yang lebih produktif.<sup>6</sup>

<sup>5</sup>*Ibid.*, 166.

<sup>6</sup>Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2000), 133.

#### D. Konsep Dasar

Beberapa konsep penting dalam pendekatan analisis transaksional yaitu: Injungsi dan keputusan awal, strokes, naskah hidup, ego state, posisi hidup, games, dan membuat keputusan ulang.

- a. Injungsi adalah pesan yang disampaikan kepada anak oleh parent's internal child out dari kondisi kesakitan orangtua seperti kemarahan, frustrasi, kecemasan dan ketidakbahagiaan. Pesan ini meminta anak untuk melakukan apa yang harus dilakukan secara verbal dan tingkah laku, namun sering kali pesan ini terbentuk melalui tingkah laku orang tua.
- b. Strokes adalah bentuk dari penguatan. Individu menggunakan strokes untuk komunikasi dengan orang lain. Stroke dapat berupa sentuhan fisik atau bentuk simbolik seperti pandangan mata, kata-kata, bahasa tubuh. Stroke positif biasanya direpresentasikan dengan kata-kata "saya suka kamu" dan pengakuannya dengan sentuhan hangat dan bahasa tubuh yang penuh perhatian.
- c. Naskah hidup adalah sebuah lakon hidup yang disusun pada masa kecil, kemudian diperkuat dengan orang tua, lalu dibenarkan

oleh pengalaman selanjutnya dan memuncap pada pilihan tertentu. Pembentukan naskah hidup dipengaruhi oleh:

- 1). Injuntion, yaitu pesan ini menyuruh atau meminta anak untuk melakukan apa yang harus mereka lakukan secara verbal dan tingkah laku. Diterima melalui pesan orang tua, penemuan sendiri dan misinterpretasi atas pesan orang tua.
- 2). Strok, berupa penghargaan dan penerimaan baik positif maupun negatif
- 3). Hunger, yaitu kekurangan stroke positif.

Bukan kenyataan yang menentukan naskah hidup, melainkan naskah hidup yang mengubah kenyataan. Setelah naskah hidup disusun pada waktu kecil, seiring dengan bertambahnya umur, naskah hidup ini pun berkembang lebih lanjut. Pada perkembangannya naskah hidup mendapat bentuk yang oleh analisis transaksional dinamakan naskah hidup pemenang, pecundang, dan bukan pemenang.

- d. Konsep Ego State. Terdapat tiga jenis ego state yang secara inheren

eksis dalam diri setiap individu. Ego state tersebut yaitu: ego state orang tua (parent), ego state anak-anak (child), dan ego state dewasa (adult). Pada ego state orang tua, individu merasakan kembali pengalaman yang individu imajinasikan bagaimana orang tua kita merasa pada situasi tersebut, bagaimana orang tua bertindak. Ego state orang tua cenderung: menasehati, kritik, berperilaku sesuai dengan aturan, dan lain sebagainya. Terdapat dua jenis ego state orang tua, yaitu:

1. Orang tua yang membimbing, ciri-cirinya yaitu: empirik dan penuh pengertian, peka terhadap perasaan dan kebutuhan orang lain, serta menilai dan memberi batasan benar salah yang tegas.
2. Orang tua yang mengkritik, ciri-cirinya yaitu: cenderung menasehati, mengkritik, dan menggurui.

Ego state orang dewasa adalah pemroses data. Hal ini ditandai dengan kesadaran bahwa data itu penting dalam komunikasi. Ciri-ciri ego state ini adalah berpikir logis berdasarkan fakta-fakta objektif dalam mengambil keputusan, diplomatis, tidak emosional, dan lain sebagainya.

Ego state anak-anak terdiri dari perasaan impuls dan spontanitas, biasanya ditandai dengan spontan, memiliki kebutuhan, perasaan, dan keinginan untuk bereksplorasi dan lain sebagainya. Terdapat tiga ego state anak yaitu:

1. Anak alamiah, cirinya adalah spontan mengungkapkan perasaan dan keinginannya, baik emosi positif maupun negatif.
2. Profesor kecil adalah anak yang menunjukkan kebijaksanaan anak-anak. Cirinya adalah egosentris, manipulatif, dan kreatif.
3. Anak yang menyesuaikan diri, ego state yang melakukan penyesuaian diri terhadap ego state orang tua yang dimainkan orang lain. Terdapat dua jenis ego state dalam anak yang menyesuaikan diri, yaitu:
  - 1). Anak yang penurut, melakukan apa yang dikehendaki orang lain bukan keinginannya sendiri.
  - 2). Anak yang pemberontak, melakukan apa yang bertentangan dengan kehendak orang lain.
- e. Posisi Hidup ini berhubungan dengan eksistensi hidup individu karena merupakan penilaian dasar terhadap diri dan orang lain. Menurut Berne, anak-anak sebelum menyusun naskah hidupnya sudah



mempunyai beberapa keyakinan tentang dirinya dan orang sekitarnya yang dipertahankan seumur hidupnya.

- f. **Membuat Keputusan Ulang.** Menurut mereka individu terlibat dalam membuat keputusan awal tentang arah hidup, sehingga individu dapat membuat keputusan baru yang lebih sesuai dan memungkinkan individu untuk mengalami kehidupan yang baru. Dalam proses membuat keputusan ulang, konseli diajak untuk kembali ke masa kecil disaat mereka membuat keputusan, kemudian membentuk ego state anak-anak dan memfasilitasi konseli untuk membuat keputusan baru. Contoh, seorang laki-laki berjuang untuk mengubah keputusan awal untuk tidak ingin hidup (sebagai hasil dari pesan “don’t be” yang diterima dari orangtua), orang tersebut kemudian diajak untuk kembali kesituasi masa kecilnya, mengalami kembali perasaan pada masa itu dan berkata kepada dirinya (dan kepada simboli orang tua) bahwa ia ingin hidup, ia berhak hidup walaupun orang tuanya tidak menginginkannya lahir.
- g. **Games.** Games adalah seri berkelanjutan dari transaksi ulterior yang saling melengkapi

yang mengarah pada tujuan yang dapat diprediksi individu. Pada umumnya individu mendesain games untuk mencegah intimasi dan bertujuan untuk mendukung keputusan asal dan bagian dari naskah hidup individu (rencana hidup, atau kesimpulan tentang bagaimana harus bertindak untuk bertahan hidup. Contoh, individu yang diberi pesan “don’t make it” akan berasumsi membuat keputusan bahwa ia tidak sukses, bila ia mengalami kesuksesan maka akan membuat kecemasan baginya. Dengan demikian, games merupakan bagian yang penting dalam interaksi individu dengan orang lain dan individu harus memahami games yang dimainkannya untuk hidup lebih otentik.

#### **E. Proses dan Teknik Konseling Analisis Transaksional**

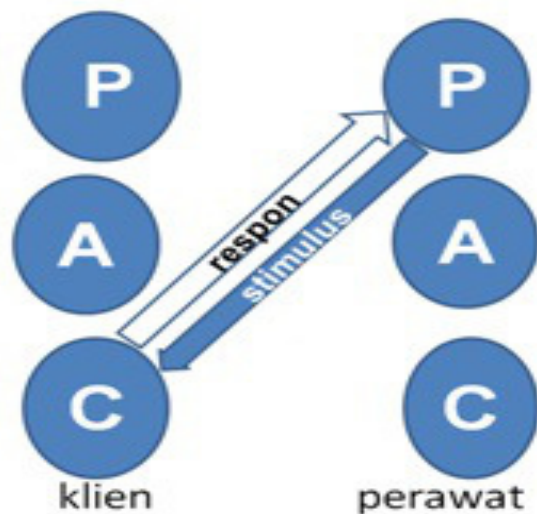
Berdasarkan keempat tujuan konseling di atas, kemudian dibuatlah suatu kontrak. Kontrak diantara konselor dan konseli ini merupakan suatu ciri khas dalam usaha konseli untuk mengadakan hubungan proses analisis transaksional. Persyaratan yang harus dipenuhi dalam kontrak, di antaranya:

- a. Dalam kontrak, konselor dan konseli harus melalui transaksi dewasa, serta ada kesempatan dalam menentukan tujuan-tujuan yang ingin dicapai.
- b. Kontrak harus mempertimbangkan beberapa hal, di antaranya pertimbangan pertama, konselor memberikan layanan kepada konseli secara profesional ( baik berupa kesempatan maupun keahlian), sedangkan pertimbangan kedua konseli memberikan imbalan jasa kepada konselor dan menandatangani serta melaksanakan isi kontrak sesuai dengan waktu atau jadwal yang telah ditetapkan.
- c. Kontrak memiliki pengertian sebagai suatu bentuk kompetensi antara dua pihak, yaitu pihak pertama adalah konselor yang harus memiliki kecakapan atau kemampuan untuk membantu konseli dalam mengatasi masalah-masalahnya, sedangkan di pihak kedua konseli harus cukup umur dan matang untuk memasuki suatu kontrak.
- d. Akhirnya tujuan dari kontrak haruslah sesuai dengan kode etik konseling.

## F. Macam-Macam Transaksional

### 1. Transaksi imbang (komplementer)

Terjadi jika penerima pesan memberi respon sesuai dengan ego state yang diharapkan oleh pengirim pesan. Contoh: Konseli berperilaku sebagai anak, Perawat diharapkan berperan sebagai orang tua Dialog:

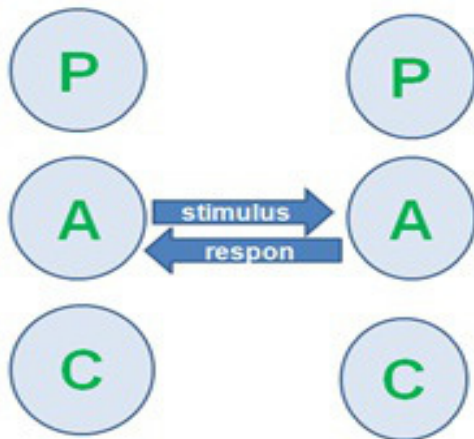


Stimulus: silakan tunggu, saya akan hubungi dokter untuk keluhan Anda ini.

Respon: terima kasih, saya memang butuh perhatian saat ini



## 2. Transaksi imbang (Dewasa)'

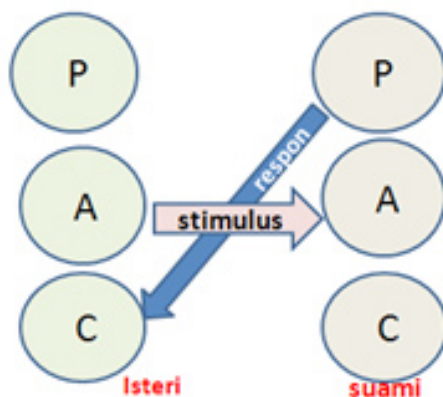


Stimulus: Dimana yg terasa nyeri?

Respon: Di pergelangan tangan kiri saya.

## 3. Transaksi Silang

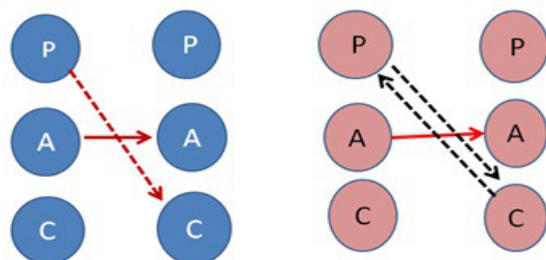
Terjadi jika penerima pesan memberikan respon di luar ego state yang diharapkan oleh pengirim pesan. Akibatnya: kesenjangan atau terputusnya komunikasi. Contoh: Istri mengapa pulang lambat? Suami kalau orang baru pulang jangan ditanya macam-macam. Ambilkan minum!



## 4. Transaksi selubung/tersembunyi

Transaksi yang terjadi dimana pengirim pesan menyampaikan pesan dari ego state tertentu tetapi dibalik pesan itu ia menyampaikan pesan dari ego state yang lain. Dalam berkomunikasi kita sering (sebetulnya) mengirim sekaligus 2 pesan yang diucapkan terang-terangan & yang tersembunyi. Sikap tersembunyi ini sebenarnya yg paling penting yang ingin mendapat respon, baik yang tersembunyi di balik kata-kata (verbal) atau non verbal), tetapi ditanggapi lain oleh si penerima.

Contoh (T. Selubung)



Pada suatu petang Dudung berkunjung ke rumah Nunung. Mereka asyik sekali ngobrol karena ada bahan percakapan yg sangat menarik. Ayah Nunung melihat ke arah jam dinding & berkata, "Hm, sudah pukul 11 malam." Pernyataan tentang fakta yang disampaikan terang-terangan.

Pesan terselubungnya: “bukankah sudah waktunya kau pulang, Nak?”<sup>7</sup>

## G. Tipe-tipe Analisis Transaksional

### 1. Analisis Struktur

Analisis struktur sebagai langkah pertama dari proses hubungan konseling analisis transaksional. Telah diketahui bahwa setiap orang memiliki status ego anak, dewasa dan orang tua. Semua status ego ini adalah kondisi psikis yang normal. Setiap status ego memiliki kelebihan-kelebihan di samping kekurangan-kekurangannya. Pada status ego anak terdapat intuisi, kreativitas, dan kegembiraan; pada status ego dewasa diperlukan demi kelangsungan hidup, sedangkan status ego orang tua bermanfaat dalam berperan sebagai tokoh dalam mendidik anak-anak, memberikan petunjuk yang secara otomatis mempengaruhi sifat, sikap dan tingkah laku, kemudian mengarahkan mereka untuk dapat berfikir dan bertindak yang lebih efektif.

Jadi, ketiga status ego itu mempunyai nilai yang penting dalam kehidupan seseorang. Satu saja dari ketiga status ego itu mengganggu keseimbangan hidup yang sehat, perlulah kiranya dianalisis dan

diadakan penataan kembali. Hidup tanpa kelengkapan status ego akan membosankan, menjenuhkan serta tidak menggairahkan.

### 2. Analisis Transaksional

Pada tahap pertama tersebut diatas dari proses pendekatan konseling analisis transaksional ditekankan kepada pengembangan pemahaman konseli untuk untuk mengikat transaksi yang normal. Terjadinya suatu transaksi disebabkan oleh adanya stimulus atau rangsangan yang datang dari seseorang pembicara yang didengarkannya. Sedangkan respon atau tanggapan dari orang yang diajak bicara mungkin saja menyebabkan terjadinya suatu rangkaian stimulus, respon, stimulus dan sebagainya.

Disini yang terpenting bagaimana seorang konselor mampu untuk menganalisis status ego yang ada, status ego yang manakah yang menerima stimulus serta memberikan respons. Untuk menganalisis status ego, stimulus maupun responnya tidaklah cukup hanya bersandar kepada apa yang diungkapkan oleh konseli secara verbal, tetapi juga harus menganalisis sifat dan sikap dari konseli yang non verbal misalnya; sikap tubuh, nada suara, tindak tanduknya dalam transaksi. Dengan menggunakan apa yang diungkapkan oleh konseli baik verbal maupun non verbal dalam

---

<sup>7</sup>Gantina Kumalasari, Wahyuni, karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2011), 117.

saat terjadinya transaksi sudah cukup memadai untuk digunakan sebagai sumber informasi dalam menganalisis konseli. Disinilah letak ciri khas dari analisis transaksional yang tidak terpaku dengan masalah teoritis, tetapi berorientasi pada perbendaharaan bahasa sehari-hari yang dipergunakan dalam pergaulan.

Dalam menganalisis status ego anak bukan saja harus mendengarkan transaksi dengan melalui ucapan dan kata-kata, tetapi juga melalui sikap, sifat atau tingkah laku non verbal dengan isyarat-isyarat dan gerakan-gerakan yang ditampilkan oleh konseli dalam komunikasi dengan konselor. Petunjuk non verbal bahwa status ego anak menampakkan diri, misalnya; tertawa terbahak-bahak, mengangkat bahu, mat diarahkan kebawah, bibir gemeteran karena marah atau sedih dan lain-lain.

Sedangkan petunjuk verbal status ego anak menampakkan diri yaitu melalui ungkapan dan kata-kata, misalnya; "saya pikir...", "Bagaimana...?" dan lain-lain. Ungkapan khas dari status ego dewasa kita dikenali dari ungkapan why, what, where, when, who, dan how. Semua data masuk menunjukkan adanya tanda processing data dari dewasa.

Menganalisis status ego orang tua dapat dikenali dengan petunjuk non

verbal, misalnya sikap merangkul, membelai, menepuk bahu orang lain dan lain-lain. Secara verbal status ego orang tua dapat dikenali melalui ungkapan dan kata-katanya, misalnya; "Awass jangan sekali-kali...", "Jangan, kau berani...".

Dengan menganalisis ketiga status ego (anak, dewasa, dan orang tua) yang dinyatakan oleh konseli baik secara langsung maupun tidak langsung, baik secara verbal maupun tidak verbal konselor akan dapat mengenali status ego yang dimiliki oleh konseli atau status ego yang nampak pada diri konseli. Dengan mengetahui berbagai status ego seseorang konseli, konselor akan dapat untuk menentukan produktivitas komunikasi dengan konseli. Dengan demikian konselor akan dengan mudah untuk memberikan suatu analisis terhadap konseli.

### 3. Analisis mainan (Game)

Game menurut Eric Berne merupakan suatu rangkaian transaksi terselubung yang berulang menuju pada hasil psikologis yang nyata yang telah dapat diduga sebelumnya. Suatu game memiliki tiga unsur penting diantaranya; Transaksi yang tampaknya berjalan seperti biasa dapat berakibat seakan-akan transaksi berlangsung secara wajar. Dalam transaksi tampak adanya suatu maksud yang terselubung

(maksud yang tersirat di balik ucapan), adanya imbalan.

Ketiga unsur ini selalu ada dalam segala bentuk analisis transaksional dengan menggunakan game. Peranan konselor dalam analisis mainan apabila konseli benar-benar bermotivasi untuk memperbaiki sikap, sifat, maupun kebiasaan yang dirasakan perlu untuk diperbaiki dan memerlukan bantuan dari konselor.

#### 4. Analisis Naskah

Analisis naskah merupakan langkah terakhir dari suatu tata laksana pendekatan konseling dengan berorientasi kepada analisis transaksional. Analisis naskah terjadi sejak masa si bayi masih dalam asuhan orang tuanya (bapak atau ibu) di mana pada masa itu terjadi bentuk transaksi antara orang tua dengan anak-anaknya. Lambat laun dengan terjadinya transaksi antara anak dan orang tua terciptalah suatu tujuan hidup atau rencana hidup yang dalam analisis transaksional disebut script atau bila diterjemahkan dalam bahasa Indonesia disebut naskah.

Segi positif dari naskah adalah naskah itu bisa diubah, karena naskah itu terjadi dengan adanya proses learned atau sesuatu yang dibiasakan dan tidak karena faktor bawaan.

#### H. Penutup

Pendekatan analisis transaksional diintegrasikan dengan beberapa konsep antara lain: anak-anak tumbuh dengan injungsi dan basih dari pesan orang tua dalam membuat pengambilan keputusan awal. Keputusan awal ini bertujuan untuk menerima stroke dari orang tua yang berupa penghargaan dan perhatian serta dalam memastikan pertahanan hidup yang mendasar. Pendekatan analisis transaksional adalah mengkaji dengan dalam mengenai proses transaksi, baik mengenai subjek pelaku transaksi, yaitu pihak yang terlibat dalam transaksi tersebut, maupun objek transaksi, yaitu bahasa verbal maupun nonverbal yang diungkapkan oleh para pelaku transaksi tersebut.

Tujuan utama analisis transaksional adalah membantu konseli untuk membuat keputusan baru tentang tingkah laku sekarang dan arah hidupnya. Untuk peran konselor adalah sebagai guru, pelatih, penyelamat dengan terlibat secara penuh dengan konseli. Sedangkan untuk teknik-teknik konseling banyak menggunakan teknik-teknik pendekatan Gestalt, diantaranya Didactic methods, kursi kosong, bermain peran, analisis ritual dan waktu luang.

## Daftar Pustaka

- Disadur dari R.I. Citroboto, "Cara Mendidik Anak Dalam Keluarga Masa Kini" (Jakarta: Bhratara Karya Askara, 1986)
- Gerald, Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Pikotrapi*, (Bandung: Rafika Aditama, 2005)
- Gibson, L., Robert, & Mitchell, H., Marianne, *Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011)
- Harris, M.D., Thomas A, *Saya Oke Kamu Oke*, (Jakarta: Erlangga, 1983)
- Komalasari, Gantina, & Eka Wahyuni, Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*. (Jakarta: Indeks, 2011)
- Maliki, M. (2015). Implementasi layanan bimbingan dan konseling dalam mengatasi kesulitan belajar siswa sekolah dasar negeri serayu yogyakarta. *Al-tazkiah: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 4(1), 1-14.
- Sukardi, Ketut, Dewa, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2000)